

ガマンせずに凹みから脱出する
113の対処法大公開！

『凹まない人の感情整理術』
永岡書店 580円(税込)

- 自己嫌悪
- マイナス思考
- 嫉妬
- 焦り
- 孤独
- 怒り



立ち直りが早い人は
すべてがうまくいく！

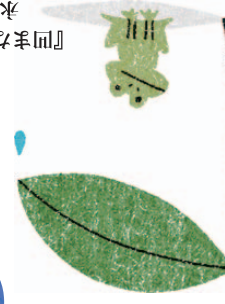
誰でも
凹むことは
あるけれど…



ガマンせずに凹みから脱出する
113の対処法大公開！

『凹まない人の感情整理術』
永岡書店 580円(税込)

- 自己嫌悪
- マイナス思考
- 嫉妬
- 焦り
- 孤独
- 怒り



立ち直りが早い人は
すべてがうまくいく！

誰でも
凹むことは
あるけれど…



誰でも
凹むことは
あるけれど…

立ち直りが早い人は
すべてがうまくいく！

- 嫉妬
- 焦り
- マイナス思考
- 怒り
- 孤独
- 自己嫌悪



『凹まない人の感情整理術』
永岡書店 580円(税込)

ガマンせずに凹みから脱出する
113の対処法大公開！

誰でも
凹むことは
あるけれど…

立ち直りが早い人は
すべてがうまくいく！

- 嫉妬
- 焦り
- マイナス思考
- 怒り
- 孤独
- 自己嫌悪



『凹まない人の感情整理術』
永岡書店 580円(税込)

ガマンせずに凹みから脱出する
113の対処法大公開！